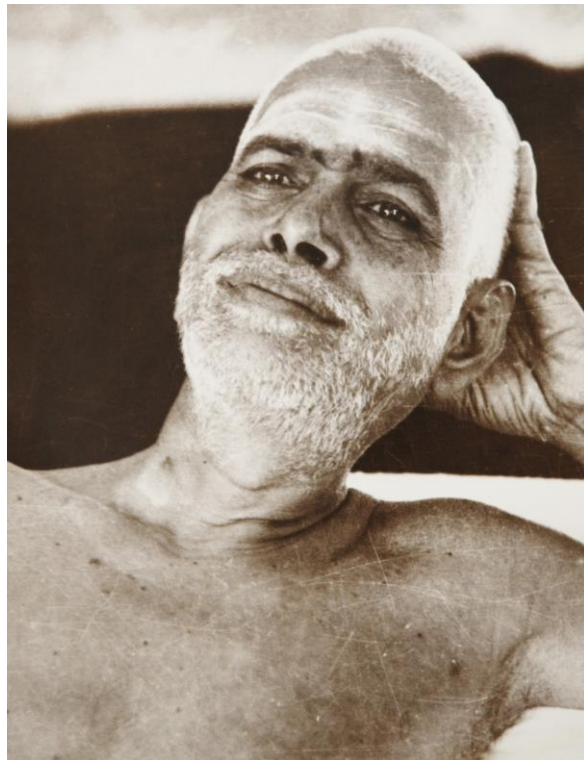


Bhagaván Šrí Ramana Mahariši

Kdo jsem já?

Nan Yar? (*tamilsky*)

(zveřejněno na www.rudolfskarnitzl.cz)



Úvod Michala Jamese:

V roce 1901, když bylo Bhagavánovi Šrí Ramanovi pouhých 21 let a žil v jeskyni na svaté hoře Arunáčale, jej začal navštěvovat jeden prostý a skromný uctívající, jménem Šrí Šivaprakasam Pillai, který kladl Bhagavánovi mnoho otázek, týkajících se spirituální filozofie a praxe. Šrí Ramana, který v těchto dobách hovořil jen zřídka, odpovídal na většinu těchto otázek tak, že psal odpovědi do písku, na břidlicovou tabulku nebo na proužky papíru, které mu Šrí Šivaprakasam Pillai kladl.

Šrí Šivaprakasam Pillai si mnoho těchto otázek a odpovědí přepsal do svého zápisníku, ale během následujících 20 let je nikdy nezveřejnil. Až v roce 1923 je vydal tiskem, když jej o to požádal jiný uctívající. Malá brožurka měla název *Nan Yar?*, což znamená 'Kdo jsem já?' nebo přesněji 'Já jsem kdo?' a obsahovala 32 (pokud si správně vzpomínám, nebo jich možná bylo jen 30) otázek a odpovědí.

Během následujících zhruba deseti let po prvním vydání 'Kdo jsem já?', byly publikovány další různé verze tohoto díla a odlišné verze existovaly i jako rukopis v zápisníku Šrí Šivaprakasam Pillae. Každá z těchto verzí obsahovala různý počet otázek a odpovědí s drobnými rozdíly ve znění textu, některé odpovědi měly i různý obsah. Avšak uznávanou a nejvíce autentickou verzí je ta, kterou Šrí Ramana napsal sám několik let poté, co byla publikována první verze.

Šrí Ramana vytvořil tuto verzi, skládající se ze dvaceti odstavců, tak, že přepisoval otázky a odpovědi, které byly publikovány v první verzi, i když možná čerpal i z nějaké další verze tohoto díla. Během této práce udělal Šrí Ramana několik oprav a vylepšení v textu – odstranil všechny otázky až na první, přeskupil pořadí, ve kterém byly jeho myšlenky a odpovědi uvedeny a udělal nějaké změny v dosavadní formulaci textu.

Ze všech těchto změn, které Šrí Ramana udělal, bylo nejvýznamnější přidání zcela nového odstavce na začátek této verze. Tento úvodní odstavec vhodně uvádí téma knihy 'Kdo jsem já?', protože objasňuje, že důvodem, proč potřebujeme znát, kdo jsme, je štěstí naší skutečné podstaty, a že tudíž můžeme zažít pravdu a dokonalé štěstí pouze poznáním sebe sama tak, jak skutečně jsme.

První otázka, kterou Šrí Šivaprakasam Pillai položil Šrí Ramanovi, byla „Kdo jsem já?“. Šrí Ramana na ni odpověděl jednoduše „Poznání [nebo vědomí] samo je Já“. Skutečná slova v tamilštině, vyřčená Šrí Šivaprakasam Pillaiem, byla „nan yar?“, což doslova znamená 'Já [jsem] kdo?'. A slova, která Šrí Ramana napsal svými prsty do písku jako odpověď, byla „arive nan“.

Tamilské slovo *arivu* znamená v nejširším smyslu 'vědění', a je proto užito k označení mnoha rozmanitých významů tohoto slova, jako například vědomí, moudrost, inteligence, učenost, intuitivní chápání, čehokoli, co je poznáváno a dokonce i jako *átman*, naše pravé Já, které je naším základním poznáním 'Já jsem'. V uvedeném kontextu ale znamená pouze naše základní poznání 'Já jsem' – naše esenciální vědomí našeho vlastního bytí. Písmeno *e*, připojené ke slovu *arivu*, je přípona, která je v tamilštině obvykle používána ke zdůraznění slova ve smyslu 'samo o sobě', 'pouze' nebo 'rozhodně'. A slovo *nan* znamená 'já'.

V těchto dvou jednoduchých slovech, *arive nan*, Šrí Ramana stručně vyjádřil podstatu své zkušenosti ryzího sebepoznání, která je základem veškeré moudrosti a nauky, kterou učil. To, co mínil těmito jednoduchými slovy, je, že naší skutečnou a absolutní přirozeností je pouze naše základní poznání nebo vědomí 'Já jsem', což je závěr, ke kterému musíme dospět, pokud kriticky zkoumáme náš

prožitek sebe sama ve třech běžných stavech našeho vědomí (*bdění, snění a spánek beze snů* – L. H.), jak je vysvětleno v knize *Štěstí a umění být*, obzvláště v kapitole dvě – 'Kdo jsem já?'.

česky:

http://www.rudolfskarnitzl.cz/Knizni_preklady/Download/HAPPINESS_AND_THE_ART_OF_BEING_Czech_version.pdf

Další otázka, kterou Šrí Šivaprakasam Pillai položil, byla „Co je podstatou [tohoto] poznání?“, na níž Šrí Ramana odpověděl buď „Podstatou poznání je *sat-čit-ánanda*“ nebo pravděpodobněji jen „*sat-čit-ánanda*“. Složené slovo *sat-čit-ánanda*, které vlastně splynulo do jednoho slova, správně přepsané jako *satčítánanda*, je dobře známý filozofický termín, a i když pochází ze sanskrtu, je mu široce rozuměno a je často užíván v Tamilštině a ve všech ostatních indických jazycích. Je to termín, používaný k popisu přirozenosti absolutní skutečnosti. A ačkoli je složený ze tří slov, není jeho úmyslem vyjádřit, že absolutní skutečnost je složená ze tří různých částí, ale znamená pouze to, že jediná neduální přirozenost absolutní skutečnosti může být popsána třemi různými způsoby.

Slovo *sat* v základě znamená 'bytí' nebo 'jsoucí - existující', ale v rozšířeném významu také 'to, co skutečně je', 'skutečnost', 'existence', 'podstata', 'opravdovost', 'pravdivost', 'správnost', 'pravda' nebo 'to, co je skutečné, pravdivé, dobré nebo správné'. Slovo *čit* znamená 'vědomí' nebo 'uvědomění' – od slovního kořene znamenajícího 'vědět', 'být si něčeho vědom', 'pozorovat', 'všímat si' nebo 'být pozorný'. A slovo *ánanda* znamená 'šťestí', 'radost' nebo 'blaženost'. Takto *satčítánanda*, nebo jak se obvykle píše v románských jazycích: *sat-čit-ánanda*, znamená 'bytí-vědomí-blaho', což jest bytí, které je jak vědomím, tak blažeností, a nebo vědomí, které je jak bytím, tak blažeností, či blaženost, která je jak bytím, tak i vědomím.

Skrze tyto dvě první odpovědi Šrí Ramana odhalil tři důležité pravdy o přirozenosti našeho esenciálního či pravého Já. Nejprve odkryl, že naše esenciální Já je pouze vědomím. Zadruhé, že toto vědomí není naše vědomí nějakého od nás rozdílného předmětu, ale že je pouze naším vědomím sebe sama – vědomím našeho vlastního bytí, které je naše bytí-vědomí či *sat-čit*. Takto odvodil – jelikož jsme v základě pouze vědomí našeho vlastního bytí – že ani naše vědomí sebe sama a ani naše bytí nejsou oddělené od nás samých, a proto je naše vědomí sebe sama našim pravým bytím, a naše bytí je samo naše vědomí našeho bytí. Jinými slovy, neexistuje absolutně žádný rozdíl mezi naším bytím a naším vědomím. Naše bytí a vědomí našeho bytí jsou proto jedno, a z tohoto důvodu je naše pravé Já pouze tímto sebe-vědomým bytím, které je vždy zakoušeno jako 'Já jsem'. A za třetí Šrí Ramana odkryl, že toto esenciální vědomí sebe sama či bytí-vědomí není jen našim skutečným bytím a naším základním vědomím našeho bytí, ale je také to, co zažíváme jako štěstí. Jinak řečeno, jsme bytím, jsme vědomím a jsme štěstím, a z těchto důvodů naše bytí, naše vědomí a naše štěstí nejsou tři samostatné věci, ale jsou jedním nedělitelným, nedvojným celkem – je to naše jediná, skutečná a pravá podstata – naše pravé Já.

Když jsme si zdánlivě vědomi odlišností, jak je tomu ve stavu bdění a snění, zakoušíme směr relativního štěstí a neštěstí. Ale když si neuvědomujeme nic jiného než sebe sama, jak je tomu ve spánku beze snů, tehdy zažíváme absolutní, naprosté štěstí. Jelikož ve spánku zažíváme absolutní nedvojnost či nerozlišenost, znamená to – protože ve spánku neznáme nic jiného než 'Já jsem' – že to, co ve spánku zakoušíme, musí být naše pravé Já. Poněvadž víme, že ve spánku existujeme, naše pravé Já je jak naše bytí, tak naše vědomí našeho bytí. A vzhledem k tomu, že víme, že jsme ve spánku šťastni, naše pravé Já je také štěstím – štěstím vědomého bytí a ničeho jiného než našeho vlastního bytí, 'Já jsem'.

Když Šrí Ramana přepisoval původní verzi *Nan Yar?*, jež měla formu otázek a odpovědí, do nynější esejistické podoby, zvýraznil tučným písmem první otázku – *nan yar?* (Já [jsem] kdo?) a své dvě první odpovědi – *arive nan* (poznání [či vědomí] samo je Já) a *arivin sorupam sat-cit-anandam* (podstatou [tohoto] poznání je bytí-vědomí-blaženost). Důvodem, proč to tak udělal, je, že zbytek druhého

odstavce, ve kterém byla tato otázka a dvě odpovědi obsaženy, se sestává z myšlenek, které vlastně nebyly součástí odpovědí, jež dal Šrí Šivaprakasam Pillaovi.

Koncept původní verze díla s otázkami a odpověďmi byl před vydáním ukázán Šrí Ramanovi, aby jej schválil. Když jej Šrí Ramana četl, všiml si, že Šrí Šivaprakasam Pillai rozšířil jeho původní odpověď na první otázku přidáním podrobného seznamu věcí, za které se chybně pokládáme, ale kterými ve skutečnosti nejsme. Když to Šrí Ramana četl, poznamenal, že v takto obširném stylu neodpověděl, ale pak vysvětlil, že jelikož byl Šrí Šivaprakasam Pillai důvěrně obeznámen s metodou *neti neti*, tak přidal takové podrobné úvahy, aby mu to pomohlo jasněji porozumět jeho odpovědi.

Termínem *neti neti* Šrí Ramana mínil logický proces sebeanalýzy, popsáný v prastarých *védických* textech, který vyžaduje analytické vyloučení nebo odmítnutí všeho, co nejsem 'já'. Slovo *neti* je složené ze dvou slov – *na*, které znamená 'ne' a *iti*, které znamená 'tak'. Proto *neti neti* doslova znamená 'ne-tak, ne-tak'. Historické *védické* texty používají slova *neti neti* tehdy, když objasňují rozumové východisko teorie, že naše tělo, naše smysly, naše životní síla, naše mysl a dokonce i nevědomost, kterou zdánlivě zažíváme ve spánku, že to vše není 'já'.

Tento rozumový a analytický proces, který je v historických *védských* textech popsán jako *neti neti* neboli 'ne-tak, ne-tak', je v podstatě to samé, jako logická analýza naší zkušenosti sebe sama, kterou Šrí Bhagaván učil (jež je popsána ve druhé kapitole knihy *Šťěstí a umění Být*). Jestliže v první řadě neuděláme kritickou analýzu naší běžné zkušenosti sebe sama, nebudeme schopni porozumět tomu, proč bychom měli hledat pravé sebepoznání nebo co přesně máme zkoumat, abychom poznali naše pravé Já.

Tak dlouho, dokud se domníváme, že jsme skutečně naše fyzické tělo, naše myslící mysl nebo nějaký jiný objekt, tak si budeme myslet, že může poznat sebe sama pozorností, jako bychom ji věnovali nějaké věci, a z tohoto důvodu nebudeme schopni porozumět, co je skutečně míněno termínem *átma-vičára*, sebe-pátrání, sebe-zkoumání, sebe-přezkoumání, sebe-dotazování, sebe-pozornost, sebe-všímavost nebo sebe-připomínání. Pouze když porozumíme základní teorii, že nejsme nic jiného než naše základní, neduální sebe-vědomí – naše bezpřídavkové vědomí naše vlastního a pouhého bytí, které zakoušíme jako 'Já jsem' a ne jako 'Já jsem toto' – pak budeme schopni porozumět, co vlastně je 'Self' či 'Já', které bychom měli zkoumat nebo mu věnovat pozornost.

Jakmile porozumíme tomu, že skutečně nejsme naše fyzické tělo, naše myslící mysl nebo jakýkoli jiný, námi poznávaný objekt, neměli bychom dále setrvávat v myšlení 'toto tělo nejsem já', 'tato mysl nejsem já', apod., ale měli bychom odtáhnout naši pozornost od všech těchto věcí a zcela a výhradně ji zaostřit na naše skutečné a podstatné bytí. Nemůžeme poznat naše pravé Já myšlením na cokoli, co není 'Já', ale pouze pátráním, zkoumáním nebo silnou pozorností k tomu, co je skutečné 'Já' – k tomu, čím skutečně jsme, tj. k našemu základnímu sebe-vědomému bytí. Jestliže zcela neodtáhneme naši pozornost od všech od nás odlišných věcí, nebudeme schopni ji zcela a výhradně zaostřit na naše základní sebe-vědomé bytí, které vždy zakoušíme jako 'Já jsem'. A pokud ji takto na naše základní bytí nezaostříme, nebudeme schopni dospět k nedvojně zkušenosti pravého sebepoznání.

Nicméně, ačkoli nás Šrí Ramana učil, jak bychom měli kriticky analyzovat naši zkušenost sebe sama v našich třech běžných stavech vědomí, abychom mohli porozumět tomu, že nejsme nic jiného než naše esenciální, nedvojně, sebe-vědomé bytí – 'Já jsem', které jediné zažíváme ve všech těchto třech stavech, a ačkoli tento proces sebeanalýzy je v podstatě ten samý, jaký je popsán v historických textech *védanty* jako *neti neti*, Šrí Ramana nechtěl říci: „Vykonáním *neti* [negací, vyloučením či popřením všeho, co nejsme my sami; uvažováním, že] všechny tyto výše řečené věci nejsou 'já', nejsou 'já', **jedině poznání**, které [pak] vyvstane samostatně, **je 'Já'**, jak si Šrí Šivaprakasam Pillai pro své pochopení zapsal, když mu Šrí Ramana objasňoval svoji první odpověď *arive nan* (poznání samo je Já).

Bližší význam slova 'poznání' je přidáním zpřesňující věty: '(poznání) vyvstane samostatně [odděleně či osamoceně] 'vykonáním *neti* – že všechny výše řečené věci nejsou já, nejsou já' potenciálně matoucí, protože to může vzbudit dojem, že můžeme oddělit naše esenciální vědomí či poznání 'Já jsem' od všeho, s čím jej nyní směšujeme, jednoduše tím, že budeme myslet *neti neti* 'ne-tak, ne-tak' nebo 'toto nejsem já, toto nejsem já'. Ve skutečnosti mnoho učenců, kteří se pokoušejí objasnit prastaré texty *védanty* – ve kterých se často popisuje proces *neti neti* či popření všeho, co není naše skutečné pravé Já – vykládají tyto metody jako účinné způsoby, kterými můžeme dosáhnout sebezpoznání. Nicméně mudrci, kteří jako první učili intelektuálnímu procesu sebeanalýzy, nazývanému *neti neti*, neměli v úmyslu, aby toto bylo chápáno jako účinná technika praktického nebo empirického zkoumání, ale pouze jako teoretický základ, na kterém by měla být technika *átma-vičáry* neboli sebezkoumání založena.

Důvod, proč směšujeme sami sebe – naše esenciální vědomí 'Já jsem' – s naším tělem, myslí a dalšími podobnými přídávky, je ten, že jasně nevíme, co jsme. Kdybychom znali sami sebe, jací opravdu jsme, nemohli bychom si sami sebe představovat jako něco, co nejsme. Proto jediný účinný prostředek, kterým můžeme oddělit naše esenciální sebe-vědomí 'Já jsem' od všeho, čím nyní chybně jsme, je poznat sami sebe tak, jak skutečně jsme.

Abychom mohli zcela jasně poznat sami sebe tak, jak skutečně jsme, k tomu je „**samotná džňána-vičára** [zkoumání našeho vědomí, abychom poznali] **'kdo jsem já?' je hlavním prostředkem**“, jak říká Šrí Ramana v poslední větě prvního odstavce, kterážto věta je zvýrazněna tučným písmem. Pojem *džňána-vičára* doslova znamená 'poznání-zkoumání' a je procesem (nebo spíše stavem) zkoumání našeho esenciálního sebe-vědomí 'Já jsem', které je naším základním poznáním a podkladem pro všechno naše ostatní vědění, a umožňuje nám dosáhnout pravdivého poznání našeho vlastního pravého Já. Praxe *džňána-vičáry* je popsána Šrí Ramanou ve verši 19 jeho díla *Upadéša Undijar*:
česky: – http://www.rudolfskarnitzl.cz/ramana/download/upadesa_saram.pdf

Když [my] zkoumáme uvnitř [sebe sama] 'co je tím místem, ve kterém povstává [naše mysl jako] Já?', [toto klamné] 'já' zanikne. Toto [jediné] je *džňána-vičára*.

To, co Šrí Ramana v tomto verši popsal jako naše *ezhum idam* – 'místo povstávání' či zdroj naší mysli nebo ohraničeného vědomí 'já', je naše vlastní esenciální pravé Já, naše bezpřívlastkové sebe-vědomí 'Já jsem'. Když zkoumáme naše esenciální sebe-vědomí – 'Já jsem' – které je zdrojem, z něhož vystupuje naše ohraničené, přídávky vázané 'já', pak toto „já zanikne“, což znamená, že přestane existovat jako takové, jelikož odhalíme, že to ve skutečnosti není nic jiného než naše bezpřívlastkové sebe-vědomí.

Když se v nejasném světle noci pozorně podíváme na hada, o kterém se domníváme, že leží na zemi, pak objevíme, že zde není skutečný had, ale pouze lano. Podobně, když pečlivě zkoumáme naše základní sebe-vědomí 'Já-jsem', které nyní zakoušíme jako naši mysl – naše omezené vědomí, které si samo představuje, že je tělem, tak objevíme, že opravdu nejsme tato omezená mysl a tělo, ale že jsme pouze jedno nekonečné, neduální sebe-vědomí – naše esenciální, bezpřídávkové vědomí našeho vlastního bytí.

Tudíž to, co má Šrí Ramana v prvním odstavci na mysli výrazem „poznání-zkoumání 'kdo jsem Já?'“, není pouhá intelektuální analýza našeho poznání 'Já jsem', ale je skutečným pátráním či hlubokým zkoumáním našeho základního poznání nebo vědomí 'Já jsem', abychom tak skrze přímou zkušenost poznali, co toto vědomí skutečně je. Toto pátrání či zkoumání nemůže být učiněno myšlením, ale pouze stočením naší pozornosti zpět k nám samým, abychom poznali naše vlastní, esenciální vědomí či bytí. Když je naše pozornost nebo síla poznávání obrácena vně, k poznávání věcí jiných, než jsme my sami, stává se naší myslící myslí. Ale když je stočena zpět do nitra k poznávání našeho základu

sebe sama, zůstává ve svém přirozeném stavu jako naše pravé já – to jest jako naše pravé, neduální, sebe-vědomé bytí.

Ta samá pravda, kterou Šrí Ramana vyjádřil v závěrečné větě prvního odstavce: „samotná *džňána* – *vičára* 'kdo jsem Já?' je hlavním prostředkem“ k našemu poznání sebe sama, je Šrí Ramanou znovu zdůrazňována v mnoha dalších odstavcích. Například šestý odstavec začíná Šrí Ramana slovy: „Pouze pátráním [tímto prostředkem] 'kdo jsem Já?' bude [naše] mysl utišena [ustoupí, opadne, stane se tichou, zmizí či přestane být].“ Osmý odstavec začíná: „Abychom utišili mysl [nastálo], k tomu není jiného vhodnějšího prostředku než *vičáry* [pátrání, které je praxí bdělého sebe-zkoumání či bdělé sebe-pozornosti]. Pokud zkrátíte mysl jinými prostředky, mysl bude zůstávat jakoby ztišená, [ale] pak náhle znovu povstane.“ A na začátku jedenáctého odstavce se uvádí: „Tak dlouho, dokud *višaja - vasány* [skryté sklony či touhy všimat si čehokoli jiného než sebe sama] existují v [naší] mysli, tak dlouho je zkoumání 'kdo jsem Já?' nezbytné.“

Šrí Ramana kromě sanskrtského termínu *vičára*, který znamená 'pátrání', 'zkoumání' či 'prozkoumání', používal k popisu praxe sebezkoumání mnoho dalších tamilských a sanskrtských slov. Například v šestém odstavci Šrí Ramana nepopisuje zkoumání pouze jako *nanar ennum vicharanai*, což znamená „zkoumání 'kdo jsem já? ‘“, ale také jako *ahamukham*, což znamená 'směřem k Já nebo 'sebe-pozornost', *antarmukham*, tj. 'obrácení se dovnitř' či 'obrácení se do sebe' a *summa iruppadu* – 'pouhé bytí', 'tiché bytí', 'míruplné bytí' 'nepohnuté bytí' nebo 'bytí bez konání čehokoli'. V desátém odstavci je zkoumání popisováno jako *svarúpa-dhjána*, což jest 'meditace o Sobě Samém' nebo 'sebe-pozornost'. V jedenáctém odstavci jako *svarúpa-smarana*, tedy 'sebe-připomínání'. A ve třináctém odstavci pak jako *átma-ništha*, což jest 'setrvávání v Sobě Samém' a *átma-čintana* čili 'kontemplace o Sobě Samém' nebo 'myšlení o Sobě Samém'.

Všechna tato slova vyjadřují ten samý stav žití, a to od myšlenek volný stav pouhého bytí sebe-vědomí či sebe-pozornosti. Tato jednoduchá praxe – držet naši mysl či pozornost pevně a stále v našem vlastním pravém Já – je naše od myšlenek volné, sebe-vědomé bytí a je jasně popsána v šestnáctém odstavci, kde Šrí Ramana říká:

... *átma-vičára* je jedinečná, [opravdu použitelná] k tomu, aby [praktikováním] stálého, [trvalého či setrvávajícího] bytí vsadila [umístila, držela, posadila, uložila, upoutala, upevnila či ustálila naši] mysl v *átmanu* [našem vlastním pravém Já]...

V obou jazycích – sanskrtu i tamilštině – je slovo *átman*, které doslova znamená 'samo sebou jsoucí', filozofický pojem, který označuje naše pravé, esenciální a dokonale nedvojné sebe-vědomé bytí, 'Já jsem'. Proto stav, který Šrí Ramana v této větě popisuje jako *sadakalamum manattai atmavil vaittiruppadu*, je stavem pouhého 'bytí', ve kterém držíme naši mysl pevně ustálenou či usazenou v a jako *átman* – naše vlastní, esenciální, nedvojné sebe-vědomé bytí.

Složené slovo *sada-kalamum* znamená 'stále' nebo 'po všechen čas'. *Manattai* je 4. pádem od *manam*, což znamená 'mysl', *Átmavil* je 6. pád pro *átman* a proto znamená 'v *átman(u)* – pravém Já'. A *vaittiruppadu* je složenina dvou slov – *vaittu*, které je přičestím minulým znamenajícím 'vsadit', 'umístit', 'udržovat', 'usadit', 'upevnit', 'ustálit' a slova *irupadu*, což je gerundium od slovního základu *iru*, které znamená 'být'. Když je slovo *irupadu* užito samostatně, pak znamená 'bytí', ale když je připojeno za přičestí minulé nějakého složeného gerundia, pak slouží jako pomocné podstatné jméno slovesné, označující souvislost mezi jakoukoli činností nebo stavem, a je vyjádřením přičestí minulého. Proto složené slovo *vaittiruppadu* může být tlumočeno buď doslovně ve významu 'být právě usazeno', nebo volně jako označení trvajících stavu 'umístění', 'usazení', 'upevnění' či 'držení'. Ať tak či onak, ve skutečnosti není podstatný rozdíl mezi těmito dvěma výklady, protože stav, ve kterém držíme naši mysl nepřerušovaně umístěnou, usazenou, upevněnou či ustálenou v *átmanu*

nebo 'pravém Já', není stavem činnosti či 'dělání', ale je pouze stavem pravého 'bytí', kterým skutečně jsme.

Takto Šrí Ramana v této větě jasně definuje přesný význam pojmu *átma-vičára*, když říká, že označuje pouze stav pravého 'bytí' – duchovní praxi udržování naší mysli pevně ustálené v a jako *átman*, jako naše vlastní skutečné 'pravé Já' či základní sebe-vědomé bytí, 'Já jsem'. Jinými slovy, *átma-vičára* neboli zkoumání 'kdo jsem já?' je výhradně praxí pouhého bytí, kterým skutečně jsme – totiž pouhé bytí v našem pravém a přirozením stavu, do kterého naše mysl mírumilovně klesla v a jako naše vlastní, dokonalé pravé Já – naše od myšlenek volné, a proto absolutně nečinné, sebe-vědomé bytí.

Tato jednoduchá praxe *átma-vičáry*, prozkoumávání sebe sama, sebezkoumání či sebe-vědomého bytí je jediným způsobem, kterým můžeme zažít sami sebe tak, jak ve skutečnosti jsme, a proto je základním tématem, které se vine skrze toto důkladné, ale jasné pojednání o filozofii, vědě a umění pravého sebezpoznání.

Překlad, který následuje, je extrakcí z díla *Štěstí a umění, být*, kde jsem v různých souvislostech citoval a hovořil o významu každého odstavce Šrí Ramanova spisu *Nan Yar?*. Ačkoli je tento překlad v podstatě ten samý, který jsem dělal pro svoji vlastní potřebu, je do značné míry založený na pojmech, které mi objasnil Šrí Sádhu Óm, a z tohoto důvodu je dosti podobný dřívějšímu překladu, který jsme dělali společně, a který je obsažen v dodatku k první části díla Cesta Šrí Ramany.

anglicky: – http://www.happinessofbeing.com/The_Path_of_Sri_Ramana_Part_One.pdf

Žádný překlad nemůže být dokonalý, ale v tomto překladu, jakož i ve všech mých překladech, jsem se pokusil anglicky vyjádřit co nejzřetelněji a jak nejpřesněji jen bylo možné oba významy slov Šrí Ramany – tedy doslovný (*vachyartha*) význam i zamýšlený (*lakshyartha*) význam. Proto jsem často k některým slovům doplnil alternativní významy do hranatých závorek. Nadto, jelikož tamilská gramatika je velice odlišná od anglické a z tohoto důvodu se struktura tamilské věty výrazně liší od anglické, a protože se myšlenky, vyjádřené v tamilštině, zcela neshodují se způsobem, kterým vyjadřujeme tytéž myšlenky v angličtině, často jsem do hranatých závorek přidal slova, která sice nejsou explicitně vyjádřena v tamilském originálu, ale jejichž smysl je zahrnutý v osobitěm způsobu, kterým se Šrí Bhagaván v tamilštině vyjadřoval. Proto doufám, že tento překlad dokáže alespoň do jisté míry sdělit opravdovou hloubku významu, které Šrí Ramana vyjádřil v tomto hlubokomyslném a významném pojednání.

V tamilském originále nejsou jednotlivé odstavce číslovány, ale pro usnadnění referencí jsem přidal číslo každého odstavce jako podnadpis.

(Zmiňované reference odkazují na příslušná místa originálu knihy *Štěstí a umění Být*, zde – v českém překladu – nejsou uváděna. – L. H.)

Kdo jsem já?

Nan Yar? (*tamilsky*)

Bhagaván Šrí Ramana

Z tamilského originálu

přeložil do angličtiny Michael James

1

Jelikož všechny žijící bytosti touží být neustále šťastné [a] zbavené utrpení, jelikož každá [z nich] má největší lásku pouze ke svému vlastnímu pravému Já, a protože štěstí samo je příčinou lásky, pak [k tomu, aby] dospěli ke štěstí, kterým je jejich vlastní [pravá] přirozenost, jež denně zažívají v [bezesném] spánku, zbaveném myslí, je poznání [jejich vlastního, skutečného] pravého Já nezbytné. Z tohoto důvodu je **jedině džňána-vičára** [zkoumání našeho vědomí pro poznání] **'kdo jsem já?'** **nejlepším prostředkem.**

2

Kdo jsem já? Není jím *sthúla déha* ['hrubé' či fyzické tělo], které je [složené z] *sapta dátus* [sedmi složek, a to míza, krev, svalstvo, tuk, kostní dřev, kosti, sperma]. Také jím není pět *džňánendryjas* [smyslových orgánů], a sice uši, kůže, oči, jazyk a nos, které každý zvlášť [a v tomto pořadí] poznávají pět *višijás* [smyslových 'sfér' či druhů smyslového vnímání], totiž zvuk, hmat [struktura a další kvality vnímané dotykem], forma [tvar, barva a další kvality vnímané zrakem], chuť a čich. Pět *karmendryjas* [orgánů činnosti] – hlasivky, chodidla [či nohy], ruce [či paže], konečník a genitálie, které [v tomto pořadí] vykonávají pět činností, jmenovitě mluvení, chůzi, držení [či dávání], vyměšování, a [sexuální] požitky – rovněž nejsou já. Já nejsou ani *panča vajus* [pět 'prán', 'životních' či metabolických sil], které vykonávají pět [metabolických] funkcí, a které během dýchání povstávají s pránou [dechem]. Rovněž mysl, která myslí, není já. Nevědomost [nepřítomnost veškerého dualistického vědění], která je sdružená s *višijás-vásanami* [skrytými sklony, podněty, touhami a přáními, či zálibou ve smyslovém vnímání nebo smyslovém potěšení], a jež nastává tehdy, když bylo přerušeno veškeré smyslové vnímání a všechny činnosti [tak jako ve spánku] – ta také není já. Vykonáním *neti* [negací, vyloučením či popřením všeho, co nejsme my sami; uvažováním, že] všechny tyto výše řečené věci nejsou 'já', nejsou 'já', **jedině poznání**, které [pak] vyvstane samostatně, **je 'Já'**. **Přirozenost** [tohoto] **poznání** ['Já jsem'] **je sat-čít-ánanda** [bytí – vědomí – blaženost].

3

Jestliže se [naše] mysl, která je příčinou veškerého [dualistického, relativního či objektivního] poznání a vší činnosti, uklidní [ztichne, zmizí nebo přestane existovat], [naše] vnímání světa ustane. A tak jako poznání lana, které je základem [když tvoří podklad a podporuje zdánlivý projev hada] nenastane dříve, dokud nezmizí pomyslné poznání hada, stejně tak *svarúpa-daršana* [opravdové, zkušenostní poznání naší vlastní esenciální přirozenosti či pravého Já], která je základem [podmiňuje a podporuje objevování se světa] nevyvstane dříve, dokud nezmizí [naše] vnímání světa, který je pouze představou [nebo myšlenkovou konstrukcí].

To, co je nazýváno 'myslí', je *atišája-šakti* [mimořádná nebo podivuhodná síla], který existuje v *átma-svarúpa* [našem pravém Já]. Ona promítá všechny myšlenky [či způsobuje jejich zjevení]. Když pozorujeme [co zůstane] po odstranění [vzdání se, odložení, rozptýlení, vymazání či vyhlazení] všech [našich] myšlenek, [pak objevíme, že] neexistuje nic takového, jako samotná, [od myšlenek oddělená či na nich nezávislá] 'mysl'. Proto myšlenka sama o sobě je *svarúpa* ['vlastní podstata' či základní podstata] [naší] myslí. Odstraněním [všech našich] myšlenek [objevíme, že] není nic takového, jako 'svět' [existující odděleně či nezávisle] [na našich myšlenkách]. Ve spánku nejsou žádné myšlenky [a následkem toho] zde také není žádný svět; během bdění a snění existují myšlenky [a následkem toho] je zde také svět. Podobně jako pavouk souká vlákno pavučiny ze sebe sama a opět jej vtahuje [zpátky] do sebe sama, tak také [naše] mysl promítá [tento nebo nějaký jiný] svět ze sebe sama a opět jej rozpouští [zpět] v sobě samé. Když [naše] mysl vystoupí z *átma-svarúpy* [našeho pravého Já], svět se objeví. Proto, když se objeví svět, pak *svarúpa* [naše 'vlastní podstata' či pravé Já] není zjevná [tak, jak skutečně je, to jest jako absolutní a neohraničené, neduální vědomí pouhého bytí]. Když se *svarúpa* objeví (když září) [tak, jaká skutečně je], svět se neobjeví. Jestliže pokračujeme ve zkoumání přirozenosti [naší] myslí, nakonec se objeví samotné '*tan*' jako [v pozadí jsoucí skutečnost, kterou nyní chybně bereme za naši mysl. To, co je [zde] nazýváno '*tan*' [tamilské zvrtné zájmeno znamenající 'sám-sebe' nebo 'my-sami'] je pouze *átma-svarúpa* [naše vlastní pravé Já]. [Naše] mysl vyvstává pouze tak, že se vždy chápe [přizpůsobuje se či připojuje sama sebe k] nějakému necitelnému objektu [fyzickému tělu]; sama o sobě nemůže povstat. [Naše] samotná mysl je nazývána jako *sukšma saríra* [naše 'jemné tělo', tj. jemná forma či zdroj všech imaginárních fyzických těl, které naše mysl vytváří a chybně je považuje za sebe samu] a jako *džíva* [naše 'duše' či individuální já].

Co v tomto těle vyvstává jako 'já', je pouze [naše] mysl. Jestliže zkoumáme, na kterém místě v [našem] těle já-myšlenka ponejprv vyvstává, poznáme, že [jako první vyvstane] v [našem] srdci [v nejnvnitřnějším jádru našeho bytí]. Srdce samo je místo zrodu [naší] myslí. Dokonce i když vytrváme v myšlení – opakování 'já', 'já', vezme [nás] to a zanechá [nás] to na tomto místě. Ze všech myšlenek, které se objevují [či vyvstávají] v [naší] myslí **je jediné já-myšlenka první myšlenkou**. Pouze po jejím vzniku vzniknou ostatní myšlenky. Pouze po objevení se první osoby se objeví druhá a třetí osoba; bez první osoby druhá a třetí osoba neexistují.

Pouze zkoumáním 'kdo jsem já?' se [naše] mysl utiší, [ustoupí, opadne, stane se tichou, zmizí či přestane existovat]; myšlenka 'kdo jsem já?' [tj. úsilí, vynaložené k vnímání našeho esenciálního bytí] vyhledá všechny ostatní myšlenky a na konci bude sama zničena, tak jako zápalná hůl [tj. hůl, která se užívá k prohrabávání pohřební hranice, aby se zajistilo, že mrtvola bude zcela spálena]. Jestliže povstanou jiné myšlenky, tak aniž bychom je nechali se rozvinout, musíme zkoumat, komu se objevili. Jakkoli mnoho myšlenek vystoupí, co [na tom záleží]? Jestliže budeme každou myšlenku, jakmile se objeví, bděle zkoumat, abychom zjistili, komu se objevila, bude jasné, že 'mě' [tzn., že si budeme zřetelněji připomínat sami sebe – toho, komu se každá myšlenka objevuje]. Jestliže [takto] zkoumáme 'kdo jsem já?' [tj. jestliže stočíme naši pozornost zpátky na sebe sama a držíme ji odhodlaně, bděle a se silným zaujetím upevněnou na našem vlastním, esenciálním sebe-vědomém bytí, a to proto, aby objevila, co toto 'mě' ve skutečnosti je] [naše] mysl se vrátí do svého místa zrodu [nejvnitřnějšího jádra našeho bytí, které je zdrojem všeho, co vyvstává]; [a jelikož se tímto zdržujeme péče o jiné myšlenky], tak myšlenka, která povstala, také poklesne. Když se stále procvičujeme v tomto zvyku, síla [naší] myslí zůstává pevně zakotvena v místě jejího zrodu bude narůstat [tj. opětovným procvičováním stáčení naší pozornosti na naše čiré bytí, které je místem zrodu naší myslí, se zvýší schopnost naší myslí zůstávat jako čisté bytí]. Když [naše] jemná mysl vychází ven skrze [naš] mozek a smyslové orgány, objeví se hrubé formy a jména [myšlenky či mentální představy vytvářené

naší myslí a objekty, které tvoří tento svět]. Pokud mysl zůstává v [našem] srdci [jádro našeho bytí], pak jména a formy zmizí. Pouze [tento stav] zadržování [naší] myslí v [našem] srdci, aniž by jí bylo dovoleno vycházet vně, se jmenuje '*ahamukham*' ['obracení se k Já' či sebe-pozornost] nebo '*antarmukham*' ['obracení se do nitra' či introverze]. Pouze [stav] dovolující [mysli] vycházet ven, se jmenuje '*bahirmukham*' ['obracení se ven' či extroverze]. Pouze když [naše] mysl takto zůstává pevně zakotvena v [našem] srdci, pak [naše primární myšlenka] „já“, která je kořenem [základem, podkladem nebo zdrojem] všech ostatních myšlenek, odejde [opustí nás, zmizí či přestane existovat] a [naše] vždy existující [pravé] *Já* samo zazáří. Tento prostor [stav nebo skutečnost] zbavený i jen nepatrné [stopy] [naší základní] já-myšlenky, je *svarúpa* [naše 'vlastní podstata' či pravé Já]. To jediné je nazýváno '*mauna*' [tichem]. Pouze [tento stav] pouhého bytí se nazývá '*džňána-drišti*' ['zření poznání', tj. zkušenost pravého poznání]. Onen [stav], jež je pouhým bytím, je jen [stavem] uklidněním [usazením se, rozpuštěním, rozplynutím, zmizením, pohlcením či zánikem] [naší] myslí v *átma-svarúpa* [našem vlastním pravém Já]. Mimo [tento stav nedvojného bytí], ostatní [stavy dvojnostního poznávání], jakožto poznávání jiných myšlenek, poznávání tří časů [co se přihodilo v minulosti, co se nyní odehrává a co se stane v budoucnosti] a poznávání toho, co se děje jiném místě, nemohou být *džňána-drišti* [zkušeností pravého poznání].

7

To, co skutečně existuje, je pouze *átma-svarúpa* [naše vlastní pravé Já]. Svět, duše a Bůh jsou *kalpanaigal* [představy, mentální výtvořky či konstrukce] v *átma-svarúpa* [našem vlastním pravém Já], podobně jako [zdánlivé] stříbro, [jež vidíme] v lastuře. Tyto tři [základní elementy relativity či duality] se objeví ve stejný čas a ve stejný čas zase mizí. [Naše] *svarúpa* [naše 'vlastní podstata' či pravé Já] je sama světem; [naše] *svarúpa* je samotným 'já' [naší myslí či individuálním já]; [naše] *svarúpa* sama je Bohem; vše je *Šiva-svarúpa* [naše pravé Já, které je *Šivou* – absolutní a jedinou, opravdu existující skutečností].

8

K tomu, aby mysl [navždy] utichla, není vhodnějšího prostředku než *vičáry* [zkoumání čili umění sebe-pozorného bytí]. Jestliže budeme kontrolovat mysl jinými prostředky, pak mysl zůstane jakoby zklidněná, [ale] pak se náhle znovu vynoří. Mysl může být uklidněna dokonce i *pránajámou* [kontrolou dechu]; avšak [přesto] mysl zůstává zklidněná jen tak dlouho, jak dlouho je zklidněný dech. Když se dech objeví [nebo se stává zjevným], objeví se také mysl a začne se potulovat pod vládou [svých] *vásan* [sklonů, popudů či přání]. Místo zrodu obou – jak myslí, tak i *prány* je stejné. Samotná myšlenka je *svarúpa* ['vlastní podstata'] myslí. Samotná já-myšlenka je první [nebo základní] myšlenkou myslí – je samotným egem. Odkud vzchází ego, odtud se také zvedá dech. Proto když se mysl utiší, utiší se také *prána*, [a] když se utiší *prána*, utiší se také mysl. Nicméně, i když je mysl ve spánku ztichlá, dech není ztišený. Je to takto zařízeno z příkazu Boha za účelem ochrany těla a také, aby ostatní lidé neměli pochyby, zda toto tělo nezemřelo. Když se mysl utiší během bdění a v *samádhi* [jeden z rozličných druhů mentálního ponoření, který je výsledkem *jógy* nebo jiné formy duchovní praxe], *prána* se zklidní. Říká se, že *prána* je hrubá forma myslí. Až do okamžiku smrti drží mysl *pránu* v těle a v okamžiku smrti těla ji [*pránu*] mysl uchopí a odvádí pryč. Proto *pránajáma* je pouze pomůckou k potlačení myslí, ale nemůže vést k *mano-náse* [naprostému vyhlazení myslí].

9

Stejně jako *pránajáma*, jsou i *murti-dhjána* [meditace na formu Boha], *mantra-džapa* [opakování posvátných slov, jako například Božího jména] a *ahara-nijama* [dietní omezení, zejména příkaz konzumace výhradně vegetariánské stravy] [pouze] pomůckami, které krotí mysl [ale nevedou k jejímu vyhlazení]. Mysl dosáhne jednobodovosti [či koncentrace] jak *murti-dhjánou*, tak i *mantra-džapou*. Právě tak, jako když [někdo] vloží řetěz do sloního chobotu, který se neustále pohybuje [komíhá se ve snaze cokoli zachytit], slon řetěz pevně uchopí a bude kráčet kupředu, aniž by [se zachytával a] přidržoval čehokoli jiného, tak vskutku i mysl, která se věčně pohybuje [potuluje se přemýšlením o čemkoli jiném], bude, pokud se trénovala v [praxi myšlení na] nějaké [konkrétní]

jméno či formu [Boha], zůstávat v pevném úchopu této formy či jména [bez myšlení zbytečných myšlenek na cokoli jiného]. Protože se mysl rozprostírá do šíře [a rozptyluje tak svoji energii] v množství nesčíslných myšlenek, tak se každá myšlenka stává nesmírně slabou. Ale pro mysl, která získala stálost koncentrace, když myšlenky ustupovaly a stahovaly se [tj., bylo dosaženo jednobodovosti myslí díky postupnému omezování jejích myšlenek], a tímto mysl nabývala na síle, se *átma-vičára* [sebe-zkoumání, které je uměním sebe-pozorného bytí] stane snadno uskutečnitelnou. Prostřednictvím *mitta sattvika áhara-nijama* [omezením stravy pouze na přiměřené množství čistého neboli satvického jídla], což je nejlepší mezi všemi příkazy, naroste v mysli *satva-guna* [kvalita klidu, jasů či 'bytí-ství'] a [tímto] usnadní sebe-zkoumání.

10

Ačkoli *višaja-vásany* [naše latentní sklony či přání všímat si místo sebe sama jiných myšlenek], které od nepaměti připlouvají, povstávají [jako myšlenky] v nesčetném množství, podobny vlnám na oceánu, přesto mohou být zničeny, pokud stále narůstá *svarúpa-dhyjána* [sebe-pozornost]. Aniž bychom dávali prostor pochybovačné myšlence: 'Je možné rozpustit tak mnoho *vásan* a být [či zůstávat] pouze v pravém Já?', měli bychom houževnatě přilnout k sebe-pozornosti. Ať je člověk jakkoli velkým hříšníkem, jestliže místo bédování a naříkání: 'Jsem hříšník! Jak mohu být spasen?' zcela odmítne myšlenku, že je hříšníkem, a je horlivý [nebo vytrvalý] v sebe-pozornosti, bude zajisté přetvořen [či přeměněn] v pravdivou 'formu' myšlenek prostého, sebe-vědomého bytí.

11

Zkoumání 'kdo jsem já?' je nezbytné tak dlouho, dokud *višija-vásany* [latentní sklony či přání všímat si místo sebe sama jiných myšlenek] přebývají v [naší] mysli. Jakmile a když myšlenky vyvstanou, pak a zde je [pro nás] nezbytné je všechny vyhladit zkoumáním [horlivou a ostrážitou sebe-pozorností] v tom samém místě, kde se vynořují. Bytí [stálé či setrvalé] bez věnování pozornosti [čemukoli] jinému [než nám samým] je *vajrágja* [odpoutanost] či *nirasa* [beztužebnost]; bytí [stálé či setrvalé], bez opouštění [oddělování se nebo odcházení od našeho pravého] Já, je *džňána* [poznání]. Vpravdě [tyto] dvě [beztužebnost a pravé poznání] jsou pouze jedno. Tak jako si lovec perel přivazuje kámen k pasu a potápí se, aby získal perlu ležící na dně moře, tak každý člověk, ponořující se [pod povrch činnosti jeho mysli] a klesající [hluboko] dovnitř sebe sama s *vajrágjou* [svobodou od tužeb nebo od žádosti čehokoli jiného, než je bytí], může získat perlu pravého Já. Jestliže se pevně drží nepřetržité *svarúpy-smarany* [sebe-připamatovávaní se] dokud nedospěje ke *svarúpě* [vlastnímu, esenciálnímu pravému Já], tak to samo bude dostačující. Dokud jsou nepřátelé uvnitř pevnosti, budou stále pokračovat v tom, aby z ní podnikali výpady. Jestliže vytrváme v jejich ničení [nebo odříznutí] kdykoli se dostanou ven, pevnost [nakonec] přejde do [našeho] držení.

12

Bůh a *guru* vpravdě nejsou odlišní. Právě tak jako [kořist], která byla sevřena v tlamě tygra, již neunikne, tak i ti, kteří byli zachyceni v záři milosti *guru*a, jím budou bezpochyby zachráněni a opravdu nikdy nebudou opuštěni; nicméně je [pro ně] nutné nezlomně se ubírat [počínat si nebo jednat] cestou, kterou *guru* ukázal.

13

Být kompletně vstřebán v *átma-ništha* [v sebe-přebývání, ve stavu pouhého bytí, kterým skutečně jsme] nedává ani ten nejmenší prostor k výstupu myšlenek jiných než *átma-čintana* [sebe-nazírání, 'myšlení' na naše vlastní, pravé Já]; a to je odevzdáním sebe sama Bohu. Ať naložíme na Boha jakékoli množství nákladu, On vše unese. Jelikož *paraméšvara-šakti* [nejvyšší boží síla] řídí všechny činnosti [tj., jelikož zapřičiňuje a ovládá vše, co se na tomto světě přihodí], proč bychom měli stále myslet: 'je [pro mne] nezbytné počínat si tímto způsobem'; je [pro mne] nezbytné počínat si tamtím způsobem', místo toho, abychom jen byli [tišší, míruplní a šťastní] a odevzdali [sami sebe, společně s veškerým našim břemenem] tomu [vše ovládající síle]? Víme-li, že vlak uveze všechen náklad, proč bychom my,

kteří v něm cestujeme, měli trpět nesením našeho malého zavazadla na naší hlavě, místo toho, abychom jej ve vlaku odložili?

14

Co je nazýváno štěstím, je pouze *svarúpa* ['vlastní podstata' nebo esenciální přirozenost] *átmanu* [pravého Já]; štěstí a *átma-svarúpa* [naše vlastní, esenciální pravé Já] nejsou od sebe odlišné. *Átma-šukha* [štěstí pravého Já] existuje sama o sobě; ona sama je skutečná. Štěstí neleží v žádném z předmětů tohoto světa. Jen kvůli našemu nedostatečnému rozlišování si myslíme, že jej lze získat ze zevních předmětů. Když [naše] mysl vychází ven, tak zakouší nedostatek štěstí. Avšak vždy, když jsou naše myšlenky [nebo přání] naplněny, [naše mysl] se stočí zpět, do místa kam náleží [středu našeho bytí, našeho skutečného, pravého Já, které je místem, odkud mysl vyvstala] a zažívá pouze štěstí [našeho skutečného] pravého Já. Podobně i během spánku, *samádhi* [stavu intenzivní kontempace či absorpce mysli], při mdlobách, když je získáno to, co je žádoucí nebo se skončí nežádoucí [tj., když se naše mysl vyhýbá nebo je zproštěna nějaké zkušenosti, kterou nemá ráda], [naše] mysl se stane introvertní a zažívá pouze štěstí pravého Já. Takto [naše] mysl bez odpočinku bloudí, vychází ven a opouští [naše esenciální] pravé Já a [pak] se stáčí [zpět] do sebe sama. U paty stromu je slastný stín. Venku na slunci panuje prudký žár. Člověk putující venku vchází do stínu, aby se ochladil. Po krátké chvíli znovu vyjde ven, ale není schopen snášet žár, a tak se vrací zpět k patě stromu. Tímto způsobem pokračuje dále, vychází ze stínu do žáru slunce a vrací se [zpět] ze slunce do stínu. Člověk, který si počíná tímto způsobem, nemá dostatek rozlišování. Ale kdo rozlišuje, neopouští stín. Podobně mysl *džňánina* [člověka s pravým sebe-poznáním] neopouští *brahman* [základní a absolutní skutečnost, která je naším vlastním, esenciálním bytím či pravým Já]. Ale mysl *adžňánina* [osoby postrádající pravé sebe-poznání] stále trpí strádáním, když se potlouká po světě a jen na krátkou chvíli získává štěstí, když se vrací k *brahman*. Co je nazýváno světem, je pouze myšlení, [protože vše, co jako svět poznáváme, není nic jiného, než série mentálních představ či myšlenek, které naše mysl vytváří svojí silou představivosti]. Když zmizí svět, tj. když ustane myšlení, [naše] mysl zažívá štěstí; když se svět objeví, zažívá neštěstí.

15

Právě tak jako pouhou přítomností slunce, které vychází bez *iča* [tužeb, přání či zálib], *samkalpy* [chtění či záměru], [nebo] *jatny* [úsilí či námahy] krystal [nebo zvětšovací sklo] zapálí oheň, lotos rozkvetne, voda se bude vypařovat a lidé světa budou zaměstnání [nebo započnou] jim příslušející činnosti, budou [tyto činnosti] vykonávat a ztíží se [ustanou s prováděním činností]; a [zrovna tak], jako se jehla bude pohybovat v přítomnosti magnetu, [tak také] *džívové* [žijící bytosti], které jsou zachyceny v [ohraničeném stavu, pod vládou] *muttozhi* [trojitá funkce Boha, a to vytváření, udržování a rozpouštění světa] nebo *pañčakritjas* [pět funkcí Boha – vznik, udržování, zánik, zahalování a milost], které nenastávají jinak, než z pouhopouhé boží přítomnosti, se pohybují [zaměstnávají sami sebe, vykonávají činnosti, vyvíjejí úsilí nebo snahu] a zklidňují se [upouštějí od činností, utiší se nebo usnou] v souladu s jejich vlastní *karmou* [tj., nejenom v souladu s jejich *prárabdha karmou* nebo osudem, který je pobízí k vykonávání nejrůznějších činností, nezbytných k zakoušení všech příjemných a nepříjemných věcí, jež jim jsou přisouzeny, ale také podle jejich *karma vásan* – sklonů a popudů k žádostem, tj., myslet a jednat specifickým způsobem, který je popohánějí v úsilí zažít určité příjemnosti, jež jim nejsou předurčeny k prožití a vyhybat se nepříjemnostem, které musejí prožít]. Avšak Bůh není *samkalpa sahitar* [bytost spojená s nějakým přáním či záměrem]. Ani *karma* se Jej nedotýká [tzn., že Bůh není svázaný nebo ovlivněný žádnou *karmou* nebo jakýmkoli činem]. Je to podobné, jako když se události světa, [činnosti odehrávající se zde na zemi] nedotýkají [nebo neovlivňují] slunce, a [podobně] kvality a nedostatky čtyř základních prvků [země, voda, vzduch a oheň] neovlivňují vše pronikající prostor.

16

Všechny [skutečně spirituální] spisy odnepaměti uvádějí, že k dosažení *mukti* [duchovnímu osvobození nebo spáse] je [pro nás] nezbytné ovládnout [naši] mysl. Po poznání, že *mano-nigraha*

[potlačení, držení uvnitř, krocení, podrobení, ztlumení či zničení naší mysli] je konečným cílem [nebo smyslem] [takovýchto] písem, neplyne žádný prospěch [získaný] nekonečným studiem [nespočetného množství] písem. K ovládnutí [naší] mysli je [pro nás] nezbytné zkoumat sami sebe [proto, abychom poznali] kdo [skutečně jsme]. Avšak jak [můžeme poznat sami sebe] zkoumáním písem, které je prováděné jako náhrada za zkoumání sebe sama? [Pro nás] je nevyhnutelné poznat sami sebe pouze naším vlastním zrakem *džňány* [skutečným poznáním, tj. naším vlastním, k sobě stočeným vědomím]. Potřebuje [člověk jménem] Ráma zrcadlo, aby si uvědomil, že je Rámou? [Naše] 'já' se nachází uvnitř *panča-kóšas* ['pěti obalů', kterými jsme zdánlivě zastřeli a zahalili naše pravé bytí, což je naše fyzické tělo, *prána* či životní síla, mysl, intelekt a zdánlivá temnota či nevědomost spánku], zatímco písma se nacházejí vně. Proto zkoumání písem [v naději získat tímto poznání] sebe sama – toho, jehož bychom měli prozkoumávat [s pozorností stočenou dovnitř] a s odstraněním [odsunutím stranou, opuštěním či oddělením] všech *panča-kóšas*, je nepoužitelné [či zbytečné]. Poznávání naší *jatharta-svarúpy* [našeho vlastního pravého Já či esenciálního bytí] zkoumáním: kdo je [naše klamné individuální] já, kdo je nesvobodný [spoutaný uvnitř imaginárního vězení naší mysli] – to je *mukti* [osvobození]. *Átma-vičára* je jedinečná [opravdu vhodná] k tomu, aby [praktikováním] stálého, [trvalého či setrvávajícího] bytí vsadila [umístila, držela, posadila, uložila, upoutala, upevnila či ustálila naši] mysl v *átmanu* – [našem vlastním pravém Já], zatímco *dhjána* [meditace] je představování si sebe sama jako *sat-čit-ánanda brahman* [absolutní skutečnost, která je bytím-vědomím-blažeností]. V určitý čas bude [pro nás] nezbytné zapomenout vše, co jsme se naučili.

17

Tak jako žádný prospěch [nezíská] člověk, který zkoumá smetí, jež má zamést a vyhodit pryč, tak také žádný prospěch [nezíská] člověk – který má poznat [své] pravé Já – tím, že vypočítává množství *tatev*, jež skrývají [naše pravé] Já a zkoumá jejich vlastnosti, namísto toho, aby je všechny sebral a zamítl. [Pro nás] je nezbytné považovat svět, [který je z těchto *tatev* složený], za sen.

18

Vyjma toho, že stav bdění je *dirgha* [dlouhotrvající] a snový stav je *kšanika* [chvilkový či krátkodobý], není zde žádného rozdílu [mezi těmito dvěma imaginárními stavy mentální aktivity]. V té samé míře, jako se všechny *vjavaháras* [konání, činnosti, události nebo příhody], které se ve stavu bdění odehrají, zdají být [v tomto přítomném okamžiku] skutečné, tak stejným způsobem se *vjavaháras*, které se odehrají ve stavu snění, zdají být skutečné v čase snění. Ve snu se [naše] mysl ujímá jiného těla [považuje jej za sebe sama]. Ve stavu bdění i snění se myšlenky a jména-a-formy [objekty zdánlivě vnějšího světa] objevují ve stejný čas [tj., současně].

19

Neexistují dvě mysli, a sice dobrá mysl a špatná mysl. Pouze *vásany* [sklony či skryté touhy] jsou dvojího druhu, a to *subha* [dobré či žádoucí] a *asubha* [špatné nebo nežádoucí]. Když je mysl [jedince] pod vlivem *subha-vásan* [žádoucích sklonů], říká se, že je to dobrá mysl, a když je pod vlivem *asubha-vásan* [nežádoucích sklonů], jedná se o špatnou mysl. Avšak i když se nám jiní lidé mohou jevit jako špatní, mít k nim odpor je nesprávné [či nevhodné]. Měli bychom mít nechuť k [či zřít se] projevování sympatií a antipatií. Není [pro nás] vhodné vkládat se do záležitostí jiných lidí [volně řečeno – měli bychom dbát našich vlastních povinností a nezasahovat do záležitostí druhých osob]. Vše, co dáváme ostatním, dáváme pouze sami sobě. Kdyby [každý] znal tuto pravdu, zdržel by se snad někdo dávání?

20

Když povstane [naše individuální] já, vše povstane; když [naše individuální] já klesne [či zanikne], pak také klesne [či zanikne] vše ostatní. V jaké míře se chováme pokorně, tak v téže míře je zde přítomná milost [či moc]. Pokud kontrolujeme [držíme na uzdě, podrobujeme si, srážíme, stahujeme či omezujeme naši] mysl, pak je jedno, kde se nacházíme [nebo: buďme tam, kde chceme].